Breville®

Breville Consumer Service Center

USA

Mail: Breville USA
19400 S. Western Ave
Torrance CA
90501-1119

Phone: 1-866-273-8455
1-866-BREVILLE

Email: askus@brevilleusa.com

Canada

Mail: Breville Canada
2555, Avenue de l'Aviation
Pointe-Claire (Montreal)
Quebec H9P 2Z2

Phone: 1-855-683-3535

Email: askus@breville.ca

www.breville.com

Breville is a registered trademark of Breville Pty. Ltd. A.B.N. 98 000 092 928.
Copyright Breville Pty. Ltd. 2012.

Due to continued product improvement, the products illustrated/photographed in this booklet may vary slightly from the actual product.

Model BJE510XL /A Issue - B12

Breville

the Juice Fountain™ Multi-Speed

Instruction Book - Livret d'instructions

BJE510XL /A

CONGRATULATIONS

on the purchase of your Breville product

Register online for product support and exclusive offers.*

USA Consumers: www.brevilleusa.com
Canadian Consumers: www.breville.ca

*Registering is not a substitute for proof of purchase when submitting a Warranty Claim.

CONTENTS

4 Breville recommends safety first

6 Know your Breville product

9 Assembling your Breville product

12 Operating your Breville product

15 Disassembling your Breville product

17 Care & cleaning

20 Troubleshooting

23 Tips on juicing

25 Fruit and vegetable facts

28 Recipes

41 French

BREVILLE RECOMMENDS SAFETY FIRST

At Breville we are very safety conscious. We design and manufacture consumer products with the safety of you, our valued customer, foremost in mind. In addition we ask that you exercise a degree of care when using any electrical appliance and adhere to the following precautions.

IMPORTANT SAFEGUARDS

READ ALL INSTRUCTIONS BEFORE USE AND SAVE FOR FUTURE REFERENCE

- Remove and safely discard any packaging material or promotional labels before using the Juice Fountain™ Multi-Speed for the first time.
- Do not touch the small cutting blades in the base of the stainless steel filter basket.
- To eliminate a choking hazard for young children, remove and safely discard the protective cover fitted to the power plug of this appliance.
- Do not place the Juice Fountain™ Multi-Speed near the edge of a counter-top or table during operation. Ensure that the surface is level, clean and free of water, food, etc. Vibration during operation may cause the appliance to move.
- Any significant spillage onto the surface under or around the appliance, or onto the appliance itself, should be cleaned and dried before continuing to use the appliance.
- Do not place the Juice Fountain™ Multi-Speed on or near a hot gas or electric burner, or where it could touch a heated oven.
- Always ensure the Juice Fountain™ Multi-Speed is properly assembled before use. The appliance will not operate unless properly assembled.
- Do not use the Juice Fountain™ Multi-Speed on a sink drain board.
- Do not leave the Juice Fountain™ Multi-Speed unattended when in use.
- Always ensure the Juice Fountain™ Multi-Speed is turned off by positioning the switch in the off position and unplug the cord. Make sure the stainless steel filter basket has stopped rotating and the motor has completely stopped before releasing the safety locking arm and/or attempting to move the appliance, when the Juice Fountain™ Multi-Speed is not in use, and before disassembling, cleaning and storing.
- Do not operate the appliance continuously with hard fruits and vegetables for more than 10 seconds. Allow the motor to rest for 1 minute between each use.
- Do not juice stone fruit unless pits have been removed.
- Regularly inspect the supply cord, plug and actual appliance for any damage. If found damaged in any way, immediately cease use of the appliance and call Breville Consumer Service Center at 1-866-273-8455.
- Recipes in this instruction book are not considered a heavy load. However, hard fruits and vegetables will put excess strain onto the motor if a low speed is selected. Please refer to the juicing guide to determine the correct speed for the fruits and vegetables selected for juicing.
- Keep hands, fingers, hair, clothing as well as spatulas and other utensils away from the appliance during operation.
- Do not push food into the feed chute with your fingers or other utensils. Always use the food pusher provided. Do not place hand or fingers into the food chute when it is attached to the appliance.

- Be careful when handling the stainless steel filter basket as the small cutting blades at the base of the filter basket are very sharp. Mishandling may cause injury.
- Do not use the Juice Fountain™ Multi-Speed for anything other than food and/or beverage preparation.
- Keep the appliance clean. Refer to care and cleaning section.

BREVILLE ASSIST™ PLUG

Your Breville appliance comes with a unique Assist™ Plug, conveniently designed with a finger hole in the power plug for easy and safe removal from the wall outlet. For safety reasons it is recommended you plug your Breville appliance directly into its own electrical outlet on a dedicated circuit separate from other appliances. If the electric circuit is overloaded with other appliances, your appliance may not function properly. Use in conjunction with a power strip or extension cord is not recommended.

SHORT CORD INSTRUCTIONS

Your Breville appliance is fitted with a short power supply cord as a safety precaution to prevent personal injury or property damage resulting from pulling, tripping or becoming entangled with a longer cord. Do not allow children to use or be near this appliance without close adult supervision. Longer detachable power strips or extension cords are not recommended but may be used if care is exercised. If an extension cord is used, (1) the marked electrical rating of the cord set or extension cord should be at least as great as the electrical rating of the appliance, (2) the cord should be arranged so that it will not drape over the counter-top or tabletop where it can be pulled on by children or tripped over unintentionally and (3) the extension cord must include a 3-prong grounding plug.

IMPORTANT SAFEGUARDS FOR ALL ELECTRICAL APPLIANCES

- Fully unwind the power cord before use.
- Do not let the power cord hang over the edge of a counter-top, touch hot surfaces or become knotted.
- To protect against electric shock do not immerse the power cord, power plug or appliance in water or any other liquid.
- The appliance is not intended for use by persons (including children) with reduced physical, sensory or mental capabilities, or lack of experience and knowledge, unless they have been given supervision or instruction concerning use of the appliance by a person responsible for their safety.
- Children should be supervised to ensure that they do not play with the appliance.
- This appliance is for household use only. Do not use this appliance for anything other than its intended use. Do not use in moving vehicles or boats. Do not use outdoors. Misuse may cause injury.

⚠ *WARNING*

Extra wide feed chute. Do not place hands or foreign objects down feed chute. Always use the food pusher provided.

⚠ *WARNING*

Always make sure juicer cover is securely in place before motor is turned on. Do not unfasten interlock arm while juicer is in operation.

SAVE THESE INSTRUCTIONS

KNOW

your Breville product

KNOW YOUR BREVILLE PRODUCT

A. **Unique Direct Central Feed System**
Ensures maximum juice extraction.

B. **3 Inch Extra Wide Feed Chute**
Fits larger fruit and vegetables whole.

C. **Juicer Cover**
(Top shelf dishwasher safe)

D. **3 Litre Pulp Container**
(Top shelf dishwasher safe)

E. **Stylish Stainless Steel Design**

F. **ON/OFF Switch**

G. **LCD Speed Indicator**
With juicing speed guide.

H. **Electronic Variable Speed Control Dial**

NOTE

All Dishwasher Safe Parts are TOP SHELF ONLY.

I. **Food Pusher**
For pushing whole fruit and vegetables down the feed chute.
(Not dishwasher safe)

J. **Die-Cast Metal Interlocking Safety Arm**
Stops the juicer operating without the juicer cover locked in place.

K. **Nutri Disc™**
Stainless steel, titanium reinforced micro mesh filter basket. (Top shelf dishwasher safe)

L. **Motor Drive Coupling**

M. **Filter Bowl Surround**
(top shelf dishwasher safe)

N. **1.2 Litre Juice Jug and Lid**
With in-built froth separator.
(Top shelf dishwasher safe)

O. **Heavy Duty Motor**
With one year motor warranty.

P. **Custom Designed Juice Nozzle**
Perfect for mess free juicing straight into a glass. (Top shelf dishwasher safe)

Q. **Cleaning Brush**
Flat end of brush assists in removal of pulp from the pulp container when juicing large quantities, nylon brush end makes for easy cleaning of the stainless steel Nutri Disc™.
(Top shelf dishwasher safe)

R. **Nutri Disc™**
Allows you to extract only the juice from fruit and vegetables.

S. **Built In Froth Separator**
Ensures juice froth is separated from juice when poured into a glass
(If preferred).

T. **Juice Jug Lid**
Allows juicer to operate with the lid on, therefore eliminating any splatter during operation. Place lid onto juice jug to store juice in refrigerator.

NOT SHOWN

Cord
Exits at rear of juicer and wraps around feet.

NOTE

To retain froth in the juice jug simply remove the lid before pouring the juice.

ASSEMBLING

your Breville product

BEFORE FIRST USE

Before using your juicer for the first time, remove any packaging material and promotional stickers and labels. Ensure the appliance is turned off and the power cord is unplugged.

Wash the filter bowl surround, Nutri Disc™, juicer cover, food pusher, pulp container and juice jug and lid in warm, soapy water with a soft cloth. Rinse and dry thoroughly. The motor base can be wiped with a damp cloth. Dry thoroughly.

FOR USE WITH NUTRI DISC™

1. Place the motor base on a flat, dry surface such as a bench top. Ensure the appliance is turned OFF and the power cord is unplugged.
2. Place the filter bowl surround on top of the motor base.

3. Align the arrows at the base of the Nutri Disc™ with the arrows on the motor drive coupling and push down until it clicks into place. Ensure the Nutri Disc™ is fitted securely inside the filter bowl surround and onto the motor base.

4. Place the juicer cover over the filter bowl surround, positioning the feed chute over the Nutri Disc™ and lower into position.

5. Raise the safety locking arm up and locate it into the two grooves on either side of the juicer cover. The safety locking arm should now be in a vertical position and locked into place on top of the juicer cover.

6. Slide the food pusher down the feed chute by aligning the groove of the food pusher, with the small protrusion on the inside top of the feed chute. Continue to slide the food pusher down into the feed chute.

7. Place the pulp container into position by tilting the base of the pulp container away from the motor base and slide the top of the pulp container over the bottom of the juice cover. Tilt the base of the pulp container back into the motor base ensuring it is supported by the container support extending from under the motor base.

NOTE

To minimize cleaning, line the pulp container with a produce bag to collect the pulp. Pulp can then be used in other dishes, or as compost for the garden or discarded.

8. Place the juice jug provided under the spout on the right-hand side of the juicer. The juice jug lid can be used to avoid any splatter.
   Alternatively you can fit the custom-designed juice nozzle over the juice spout and place a glass underneath. The juice nozzle will prevent splatter, ensuring mess free juicing.

OPERATING

your Breville product

1. Wash selection of fruit and vegetables to be juiced.

NOTE

Most fruit and vegetables such as apples, carrots and cucumbers will not need to be cut or trimmed to size as these will fit whole into the feed chute. Ensure vegetables such as beets, carrots, etc. have all soil removed, are well washed and trimmed of leaves before juicing.

2. Ensure the juicer is correctly assembled. Refer to Assembling your juicer. Ensure the juice jug (or a glass) is placed under the spout and the pulp container is in position before commencing juicing.
3. Plug the power cord into a 110/120V power outlet. The LCD display will illuminate.
4. Press the ON/OFF switch on the control panel to ON. The juicer will start to operate at the selected speed. The speed can be changed at any time during the juicing process by adjusting the variable speed control dial.
5. With the motor running, place food into the feed chute and use the food pusher to gently guide food down. To extract the maximum amount of juice, always push the food pusher down slowly.
6. As fruit and vegetables are processed, juice will flow into the juice jug and the separated pulp will accumulate in the pulp container. The pulp container can be emptied during juicing by turning the juicer OFF at the control panel and then carefully removing the pulp container. Replace the empty pulp container into position before continuing to juice.

NOTE

After 3 minutes, the LCD display will automatically turn off if the ON/OFF switch is not turned ON, or a speed is not selected.

NOTE

The LCD display will illuminate continuously for 3 minutes before going into a sleep mode, where it will turn off automatically to conserve power.

The screen will come back on after activating the ON/OFF switch, the speed control dial, or the safety locking arm.

When the safety locking arm is not locked into place on top of the juicer cover, the LCD display will illuminate and flash with an “L”, indicating that the safety locking arm should be locked into place.

When the safety locking arm is locked into place on top of the juicer cover, the LCD display will illuminate and display the selected speed setting. The speed can be changed by adjusting the variable speed control dial. For a quick juicing speed reference, use the speed guide displayed on the LCD screen, the speed selector table located on the pulp container, or refer to the speed selector table.

Hard fruits and vegetables will put excess strain onto the motor if a low speed is selected. Please refer to the speed selector table to determine the correct speed for the fruits and vegetables being juiced

PREPARATION OF FRUIT AND VEGETABLES FOR JUICE EXTRACTOR SPEED SELECTOR TABLE

FRUIT / VEGETABLES	SUGGESTED SPEED
Apples	5
Apricots (stone removed)	2
Beetroot (cleaned, trimmed)	5
Blueberries	1
Broccoli	4
Brussel Sprouts (trimmed)	5
Cabbage	4
Carrots (cleaned)	5
Cauliflower	4
Celery	5
Cucumber (peeled)	2
Cucumber - soft skinned	4
Fennel	5
Grapes (seedless)	1
Kiwi fruit (peeled)	2
Mangoes (peeled, stone removed)	2
Melons (peeled)	1
Nectarines (stone removed)	2
Oranges (peeled)	3
Peaches (stone removed	2
Pears - hard (stalks removed)	5
Pears - soft (stalks removed)	2
Pineapple (peeled)	5
Plums (stone removed)	2
Raspberries	1
Tomatoes	1
Watermelon	1

NOTE

Use the speed selector table located on the pulp container for a quick and convenient juicing reference.

NOTE

The juicer will automatically stop operating if the motor is stalled for more than 10 seconds. This is a safety feature. Either too much food is being processed at one time or the pieces are not small enough. Try trimming food, cutting food into smaller pieces of even size and/or processing a smaller amount per batch.
To continue juicing, reset the Juicer by pressing the ON/OFF switch on the control panel to OFF, and remove power cord from power outlet, then clear the feed chute, finally plug power cord back into power outlet. Turn the appliance back on by pressing the ON/OFF switch to ON.

NOTE

Do not allow the pulp container to overfill as this may affect the operation of the appliance.

To minimize cleaning, line the pulp container with a produce bag to collect the pulp. Pulp can then be used in other dishes, or as compost for the garden or discarded.

To include the froth in with your juice, simply remove the lid of the juice jug when pouring juice into the glass.

⚠ *WARNING*

Never use fingers, hands or other utensils to push food down the feed chute or to clear the feed chute during operation. Always use the food pusher provided.

DISASSEMBLING

your Breville product

JUICE EXTRACTOR

1. Ensure the juicer is turned off by pressing the ON/OFF switch on the control panel to OFF. Then unplug the cord.
2. Remove the pulp container by tilting the base away from the motor base, then pull it out from under the juicer cover and the container support extending from under the motor base.

3. Use the grip handle located on the safety locking arm to lift the locking arm from the juicer cover and lower down out of position.

4. Lift the juicer cover off the juicer.

5. Remove the filter bowl surround with the Nutri Disc™ still in place.

6. To remove the Nutri Disc™ from the filter bowl surround, insert fingers under the grooves and lift the juice disc up. For easy cleaning, it is recommended to remove the Nutri Disc™ over the sink.

⚠ *WARNING*

The Nutri Disc™ contains small sharp blades to cut and process fruits and vegetables. Avoid touching blades when handling the filter basket.

CARE & CLEANING

for your Breville product

Ensure the juicer is turned off by pressing the ON/OFF button on the control panel to OFF. Then unplug the cord.

Ensure the juicer is correctly disassembled. Refer to Disassembling your juicer.

NOTE

FOR EASIER CLEANING:
Clean as you go and avoid dried on juice or pulp residue.

Immediately after each use, rinse removable parts in hot water to remove wet pulp. Allow parts to air dry.

To minimize cleaning, line the pulp container with a produce bag to collect the pulp. Pulp can then be used in other dishes or as compost for the garden or discarded.

CLEANING THE MOTOR BASE

1. Wipe the motor base with a soft, damp cloth then dry thoroughly.
2. Wipe any excess food particles from the power cord.

NOTE

Do not use abrasive scouring pads or cleaners when cleaning the parts or motor base as they may scratch the surface.

CLEANING THE FILTER BOWL SURROUND, JUICER COVER, FOOD PUSHER, PULP CONTAINER

1. Wash all parts in warm soapy water with a soft cloth. Rinse and dry thoroughly.

NOTE

The filter bowl surround, juicer cover and pulp container are dishwasher safe. (top shelf only)

CLEANING THE NUTRI DISC™

For consistent juicing results always ensure that the Nutri Disc™ is thoroughly cleaned using the supplied cleaning brush.

1. Soak the Nutri Disc™ in hot soapy water for approximately 10 minutes immediately after juicing is completed. If pulp is left to dry on the filter it may clog the fine pores of the filter mesh thereby lessening the effectiveness of the juicer.
2. Using the cleaning brush, hold the juice disc under running water and brush from the inside of the basket to the outer rim. Avoid touching the small sharp blades in the center of the Nutri Disc™. After cleaning the Nutri Disc™, hold it up towards a light to ensure the fine mesh holes are not blocked. If the holes are blocked, soak the Nutri Disc™ in hot water with 10% lemon juice to loosen the blocked holes. Alternatively, wash the Nutri Disc™ in the dishwasher.

NOTE

The Nutri Disc™ is dishwasher safe. (top shelf only)

- Do not soak the Nutri Disc™ in bleach or other abrasive cleansers.
- Always treat the Nutri Disc™ with care as it can be easily damaged.

CLEANING THE JUICE JUG

1. Rinse the juice jug and lid with froth attachment under running water.
2. Wash both parts in warm soapy water with a soft cloth. Rinse and dry thoroughly.

NOTE

The juice jug and lid are dishwasher safe (top shelf only).

REMOVING STUBBORN OR STRONG FOOD STAINS AND ODORS

Discoloration of the plastic may occur with brightly colored fruit and vegetables. To help prevent this, wash parts immediately after use. If discoloration does occur, the plastic parts can be soaked in water with 10% lemon juice or they can be cleaned with a non abrasive cleaner.

⚠ *WARNING*

Do not immerse the motor base in water or any other liquid.

The center of the Nutri Disc™ and feed chute contains small sharp blades to process fruit and vegetables during the juicing function. Do not touch blades when handling the Nutri Disc™ or feed chute.

TROUBLESHOOTING

TROUBLESHOOTING

POSSIBLE PROBLEM	EASY SOLUTION
Machine will not work when turned ON	• The safety locking arm may not be correctly engaged in the vertical operating position with the locking arm located into the two grooves on either side of the juicer cover.
Motor appears to stall when juicing	• Wet pulp can build up under the juicer cover if the juicing action is too vigorous. Try slower juicing action by pushing the food pusher down slower. Follow Disassembling and Cleaning instructions and clean the filter bowl surround, the juice disc and the juicer cover.
	• The juicer will automatically stop operating if the motor is stalled for more than 10 seconds. Either too much food is being processed at one time or the pieces are not small enough. Try trimming the food or cutting into smaller pieces of even size and processing a smaller amount per batch. To continue juicing, reset the juicer by pressing the 'On/Off' switch on the control panel to 'Off' then turn the appliance back on by pressing 'On/Off' switch to 'On'.
	• Hard fruits and vegetables will put excess strain onto the motor if a low speed is selected. Please refer to the juicing guide to determine the correct speed for the fruits and vegetables selected for juicing.
Excess pulp building up the Nutri Disc™	• Stop the juicing process and follow Disassembling Instructions. Remove the juicer cover, scrape off pulp, reassemble and begin juicing again. Try alternating (soft and hard) vegetable and fruit varieties.
Pulp too wet and reduced extracted juice	• Try a slower juicing action. • Remove Nutri Disc™ and thoroughly clean mesh walls with a cleaning brush. Rinse the Nutri Disc™ under hot water. If the fine mesh holes are blocked, soak the basket in a solution of hot water with 10% lemon juice to unblock the holes or wash in the dishwasher. This will remove excess fiber build up (from fruit or vegetables) which could be inhibiting the juice flow.
Juice leaks between the rim of the juicer cover	• Try a slower juicing speed and push the food pusher down the feed chute more slowly.

TROUBLESHOOTING

POSSIBLE PROBLEM	EASY SOLUTION
Juice sprays out from spout	• Use juice jug and lid provided, or if juicing into a glass use the custom designed juice nozzle. • Try using fruits with more water content to help flush through the contents. Additionally, try a slower juicing action by feeding one piece in at a time and by pushing the food pusher down more slowly.

TIPS ON JUICING

THE INSIDE INFORMATION ON JUICING

Although the juice drinks contained in this booklet were developed with flavor, texture and aroma at the forefront, the health benefits certainly add to the pleasurable taste experience.

70% of the nutrient content of fruit and vegetables is found in the juice. Liquids extracted from fresh fruits and vegetables form an important part of a well-balanced healthy diet. Fresh fruit and vegetable juices are an easy source of vitamins and minerals. Juices are rapidly absorbed into the blood stream therefore being the quickest way in which the body can digest nutrients.

When you make your own fruit and vegetable juices, you have complete control over what is included. Select the ingredients and decide if you need to add sugar, salt or other flavoring agents after juicing. Freshly extracted juices should be consumed immediately after they have been processed to avoid a loss of vitamin content.

PURCHASING AND STORAGE OF FRUIT AND VEGETABLES

- Always wash fruit and vegetables before juicing.
- Always use fresh fruit and vegetables for juicing.
- To save money and obtain fresher produce, purchase fruit or vegetables that are in season. Refer to the Fruit and Vegetable Facts chart.
- Keep your fruit and vegetables ready for juicing by washing and drying them before storing.
- Most fruits and hardier type vegetables can be stored at room temperature. The more delicate and perishable items such as berries, leafy greens, celery, cucumbers and herbs should be stored in the refrigerator until required.

PREPARATION OF FRUIT AND VEGETABLES FOR JUICER ATTACHMENT

- If using fruits with hard or inedible skins such as mangoes, citrus, melons or pineapple, always peel before juicing.
- Some vegetables, such as cucumbers, can be processed un-peeled depending on the softness of the skin and the juicing requirements.
- All fruits with large pits, hard seeds or stones such as nectarines, peaches, mangoes, apricots, plums and cherries must be pitted before juicing.
- Ensure vegetables such as beets, carrots, etc. have all soil removed, are well washed and trimmed of leaves before juicing.
- Ensure fruits such as strawberries are hulled before juicing and pears have their stalks removed.
- Citrus fruit can be juiced in the juicer but remove the skin and excess pith before juicing.
- A small amount of lemon juice can be added to apple juice to reduce discoloration.

NOTE

Your juicer makes invigorating, frothy orange juice. Simply peel the oranges and remove any excess pith before juicing. It is best to refrigerate oranges before juicing.

FRUIT & VEGETABLE FACTS

FRUIT & VEGETABLE FACTS

FRUIT AND VEGETABLES	BEST SEASON TO BUY	STORAGE	NUTRITIONAL VALUE	CALORIE COUNT
Apples	Autumn/ Winter	Vented produce bags in refrigerator	High in Dietary Fiber and Vitamin C	166g Apple =80 cals
Apricots	Summer	Unwrapped in crisper of refrigerator	High in Dietary Fiber Contains Potassium	55g Apricot =19 cals
Bananas	Autumn/ Spring	Room temperature	Vitamins B6 & C, Potassium, Dietary Fiber	100g Banana =90 cals
Beets	Winter	Cut off tops, then refrigerate unwrapped	Good source Folate and Dietary Fiber Vitamin C and Potassium	160g Beets =79 cals
Blueberries	Summer	Cover in the refrigerator	Vitamin C	100g Blueberries =52 cals
Broccoli	Autumn/ Winter	Produce bag in refrigerator	Vitamin C, Folate, B2, B5, E, B6 and Dietary Fiber	100g Broccoli =31 cals
Brussel Sprouts	Autumn/ Winter	Unwrapped in crisper of refrigerator	Vitamin C, B2, B6, E, Folate and Dietary Fiber	100g Brussel Sprouts =37 cals
Cabbage	Winter	Wrapped, trimmed in the refrigerator	Vitamin C, Folate, Potassium B6 and Dietary Fiber	100g Cabbage =22 cals
Carrots	Winter	Uncovered in refrigerator	Vitamin A, C, B6 and Dietary Fiber	100g Carrots =33 cals
Cauliflower	Autumn/ Winter	Remover outer leaves, store in produce bag in refrigerator	Vitamin C, B5, B6 Folate Vitamin 5 and Potassium	100g Cauliflower =24.5 cals
Celery	Autumn/ Winter	Refrigerate in produce bag	Vitamin C and Potassium	100g stick =15 cals
Cucumber	Summer	Crisper in refrigerator	Vitamin C	100g Cucumber =12 cals
Fennel	Autumn to Spring	Refrigerate	Vitamin C, Dietary Fiber, Folate	100g Fennel =19 cals
Grapefruit	All year round	Room temperature	Vitamin C =, Bioflavornoids, Lycopene, Dietary Fiber	100g Grapefruit =33 cals

FRUIT & VEGETABLE FACTS

FRUIT AND VEGETABLES	BEST SEASON TO BUY	STORAGE	NUTRITIONAL VALUE	CALORIE COUNT
Grapes (Seedless)	Summer	Produce bag in refrigerator	Vitamin C, B6 and Potassium	100g Grapes =60-83 cals
Kiwi Fruit	Winter/ Spring	Crisper in refrigerator	Vitamin C and Potassium	100g Kiwi Fruit =52 cals
Mangoes	Summer	Covered in refrigerator	Vitamin A, C, B1, B6 and Potassium	207g Mango =113 cals
Melons including Watermelon	Summer/ Autumn	Crisper in refrigerator	Vitamin C, Folate, Dietary Fiber and Vitamin A	200g Melon =50 cals
Nectarines	Summer	Crisper in refrigerator	Vitamin C, B3, Potassium and Dietary Fiber	151g Nectarines =66 cals
Oranges	Winter/ Autumn/ Spring	Cool, dry place for 1 week, transfer to refrigerator to keep longer	Vitamin C	131g Orange =54 cals
Peaches	Summer	Ripen at room temperature then refrigerate	Vitamin C, Potassium, Dietary Fiber, Beta Carotene	100g Peaches =42 cals
Pears	Autumn/ Winter	Ripen at room temperature then refrigerate	Vitamin C & E Dietary Fiber	161g Pear =93 cals
Pineapple	Spring/ Summer	Store in a cool place	Vitamin C & E Dietary Fiber	100g Pineapple =43 cals
Spinach	All year round	Refrigerate	Vitamin B6, C, E, Beta carotene, Folate, Magnesium, Potassium, Dietary Fiber	100g Spinach =15 cals
Sweet Potato	All year round	Store in cool place	Vitamins C, E, Beta Carotene, Dietary Fiber	100g Sweet Potato =65 cals
Tomatoes	Late Winter to early Summer	Ripen at room temperature	Lycopene, Vitamin C, E, Folate, Dietary Fiber	100g Tomatoes =15-17 cals

RECIPES

APPLE, CARROT AND CELERY JUICE

Makes 2 servings

You may alter the amounts of either the carrots or apple to make the juice sweeter or savory to suit your taste buds:

INGREDIENTS

4 small Granny Smith apples
3 medium sized carrots, trimmed
4 stalks celery

METHOD

1. Process apples, carrots and celery through juicer.

Mix well and serve immediately.

TOMATO, CARROT, CELERY AND LIME JUICE

Makes 2 servings

INGREDIENTS

2 medium tomatoes
1 large carrot, trimmed
2 celery stalks, trimmed
1 lime, peeled

METHOD

1. Process tomatoes, carrot, celery and lime through juicer.

Serve immediately.

CARROT, BEETS AND ORANGE JUICE

Makes 2 servings

INGREDIENTS

2 medium carrots, trimmed
3 medium beets trimmed
4 oranges, peeled

METHOD

1. Process carrots, beets and oranges through juicer.

Serve immediately.

APPLE, PEACH AND GRAPEFRUIT JUICE

Makes 2 servings

INGREDIENTS

1 small Delicious apple
2 large peaches, halved and seeds removed
2 grapefruits, peeled

METHOD

1. Process apple, peaches and grapefruit through juicer.

Serve immediately.

PINEAPPLE PEACH AND PEAR JUICE

Makes 2 servings

INGREDIENTS

½ small pineapple, peeled and halved
2 peaches, halved and seeds removed
2 small ripe pears

METHOD

1. Process pineapple, peaches and pears through juicer.

Serve immediately.

APPLE, PEAR AND STRAWBERRY JUICE

Makes 2 servings

INGREDIENTS

1 small Granny Smith apple
3 small ripe pears
1 cup strawberries, trimmed

METHOD

1. Process apple, pears and strawberries through juicer.

Serve immediately.

CANTALOUPE, MINT AND MANGO JUICE

Makes 2 servings

INGREDIENTS

½ small cantaloupe, peeled, seeded and halved
3 sprigs fresh mint leaves
1 mango, halved, seeded and peeled

METHOD

1. Process cantaloupe, mint and mango through juicer.

Serve immediately.

TOMATO, CUCUMBER, PARSLEY AND CARROT JUICE

Makes 2 servings

INGREDIENTS

3 medium tomatoes
1 large cucumber
1 large bunch fresh parsley
3 medium carrots, trimmed

METHOD

1. Process tomatoes, cucumber, parsley and carrots through juicer.

Serve immediately.

SWEET POTATO, CELERY, GINGER AND ORANGE JUICE

Makes 2 servings

INGREDIENTS

4 stalks celery, trimmed
1 small sweet potato, peeled and halved
1 inch piece fresh ginger
4 oranges, peeled

METHOD

1. Process celery, sweet potato, ginger and oranges through juicer.

Serve immediately.

PARSNIP, CELERY AND PEAR JUICE

Makes 2 servings

INGREDIENTS

2 parsnips, trimmed
4 stalks celery, trimmed
4 medium pears, stalks removed

METHOD

1. Process parsnips, celery and pears through juicer.

Serve immediately.

TOMATO, CARROT AND RED BELL PEPPER JUICE

Makes 2 servings

INGREDIENTS

2 small red bell peppers
3 medium tomatoes
3 carrots, trimmed
4 sprigs parsley

METHOD

1. Trim red bell peppers and remove seeds.
2. Process tomatoes, carrots, parsley and bell peppers through juicer.

Serve immediately.

BLACKBERRY, PEAR AND GRAPEFRUIT JUICE

Makes 2 servings

INGREDIENTS

8oz (250g) blackberries
3 ripe pears
2 grapefruit, peeled

1. Process blackberries, pears and grapefruit through juicer.

Serve immediately.

BEETROOT, APPLE AND CELERY JUICE

Makes 2 servings

INGREDIENTS

4 medium sized beets, trimmed
2 medium Granny Smith apples
4 stalks celery

METHOD

1. Process beets, apples and celery through juicer.

Serve immediately.

BLUEBERRY, BLACKBERRY, STRAWBERRY AND LIME JUICE

Makes 2 servings

INGREDIENTS

1 pint (500g) blackberries
1 pint (500g) blueberries
1 pint (500g) strawberries, hulled
1 lime, peeled

METHOD

1. Process blackberries, blueberries, strawberries and lime through juicer.

Serve immediately.

CUCUMBER, CELERY, FENNEL AND BEAN SPROUT JUICE

Makes 2 servings

INGREDIENTS

1 large cucumber
3 stalks celery
1 bulb fennel, trimmed
2 cups bean sprouts

METHOD

1. Process cucumber, celery, fennel and bean sprouts through juicer.

Serve immediately.

FROTHY ORANGE JUICE

Makes 4 servings

INGREDIENTS

2lbs (1kg) oranges, peeled

METHOD

1. Process oranges through juicer.

(Best to refrigerate oranges before juicing)

Serve immediately.

FRESH VEGETABLE SOUP WITH NOODLES

Makes 4 servings

INGREDIENTS

1 small tomato
1 small onion, peeled and trimmed
2 carrots
1 green bell pepper, seeded
1 tablespoon (15g) butter
1 tablespoon wholemeal flour
13fl oz (375ml) vegetable stock
15oz (425g) canned white beans
1 packet instant noodles
Freshly ground black pepper

METHOD

1. Process tomato, onion, carrots and green pepper through juicer.
2. Melt butter in a large saucepan over a medium heat.
3. Stir in flour, cook for one minute, stirring constantly.
4. Stir in the extracted juice, vegetable stock and beans.
5. Bring to a boil, then reduce heat and allow to simmer for 10 minutes.
6. Add noodles, cook for 2 minutes or until noodles are tender.

Pour into 4 soup bowls, sprinkle with black pepper to taste and serve immediately.

GAZPACHO

Makes 4 servings

INGREDIENTS

4 medium tomatoes
4 sprigs fresh parsley
1 large clove garlic, peeled
1 small onion, peeled and trimmed
2 carrots
2 stalks celery
1 red bell pepper, seeded
1 lebanese cucumber
2 tablespoons red wine vinegar
Freshly ground black pepper
1 cup crushed ice
¼ cup chopped fresh basil

METHOD

1. Process tomatoes, parsley, garlic, onion, carrots, celery, bell pepper and cucumber through juicer.
2. Stir in vinegar and black pepper.
3. Arrange ice in four soup bowls.

Pour in extracted juice, sprinkle with basil and serve immediately.

PASTA WITH PROVENCALE STYLE SAUCE

Makes 4 servings

INGREDIENTS

4 tomatoes
2 sprigs fresh parsley
1 stick celery
2 large cloves garlic
1 small onion, peeled and trimmed
1 red bell pepper, seeded
1 tablespoon tomato paste
½ cup red wine
2 teaspoons dried oregano
1lb (500g) cooked pasta
¼ cup grated Parmesan cheese

METHOD

1. Process tomatoes, parsley, celery, garlic, onion and red bell pepper.
2. Blend tomato paste with red wine, stir in the extracted juice.
3. Pour into a saucepan and cook over medium heat for 3-4 minutes.
4. Add pasta and toss to coat pasta well. Divide mixture between 4 serving bowls.
5. Sprinkle with oregano and Parmesan cheese.

Serve immediately.

MANGO, CANTALOUPE AND ORANGE YOGURT DRINK

Makes 4 servings

INGREDIENTS

1 mango, halved, peeled and seeded
½ small cantaloupe, peeled, seeded and cut into two equal portions
5 oranges, peeled
¼ cup natural yogurt

METHOD

1. Process mango, cantaloupe and oranges through juicer.
2. Pour into a large bowl whisk in yogurt.

Serve immediately.

SPARKLING PEAR AND APRICOT COOLER

Makes 2 servings

INGREDIENTS

4 large apricots, halved and seeded
3 large pears
8fl oz (250ml) mineral water
1 cup crushed ice

METHOD

1. Process apricots and pears through juicer.
2. Scoop ice into 4 tall glasses.
3. Divide extracted juice between the glasses.
4. Top with mineral water, stir well to blend.

Serve immediately.

CANTALOUPE, STRAWBERRY AND PASSION CRUSH

Makes 2 servings

INGREDIENTS

½ cantaloupe, peeled, seeded and divided into 2 equal portions
8oz (250ml) strawberries, hulled
Pulp of 2 passion fruit
1 cup crushed ice

METHOD

1. Process cantaloupe and strawberries through juicer.
2. Stir in passion fruit pulp.
3. Scoop ice into 4 glasses, pour juice, mix well to combine.

Serve immediately.

TROPICAL BLEND

Makes 2 servings

INGREDIENTS

2 mangoes, halved, seeded and peeled
3 kiwi fruit, peeled
½ small pineapple, peeled and halved
½ cup fresh mint leaves
1 cup crushed ice

METHOD

1. Process mangoes, kiwi fruit, pineapple and mint through juicer.
2. Scoop ice into 4 glasses, pour juice, mix well to combine.

Serve immediately.

TOMATO, NECTARINE, PASSIONFRUIT AND MINT ICER

Makes 2 servings

INGREDIENTS

6 tomatoes
2 nectarines, halved and seeded
½ cup fresh mint leaves
Pulp of 4 passion fruit
1 cup crushed ice

METHOD

1. Process tomatoes, nectarines and mint leaves through juicer.
2. Stir in passionfruit pulp.
3. Scoop ice into 4 glasses, pour juice, mix well to combine.

Serve immediately.

CUCUMBER, PINEAPPLE AND CILANTRO ICE

Makes 2 servings

INGREDIENTS

½ small pineapple, peeled and halved
2 cucumbers
½ cup fresh cilantro leaves
1 cup crushed ice

METHOD

1. Process pineapple, cucumbers and cilantro through juicer.
2. Scoop ice into 4 glasses, pour juice, mix well to combine.

Serve immediately.

PEAR, RADISH AND CELERY CRUSH

Makes 2 servings

INGREDIENTS

3 medium pears
4 radishes, trimmed
3 stalks celery
1 cup crushed ice

METHOD

1. Process pears, radishes and celery through juicer.
2. Scoop ice into 4 glasses, pour juice, mix well to combine.

Serve immediately.

COCONUT PINEAPPLE COLADA

Makes 4 standard servings

INGREDIENTS

½ large pineapple, peeled and quartered
2fl oz (60ml) Malibu Rum
16fl oz (500ml) soda water
1 cup crushed ice

METHOD

1. Process and pineapple through juicer.
2. Stir in rum and soda water.
3. Scoop ice into 4 tall glasses, pour juice mixture, mix well to combine.

Serve immediately.

HONEYDEW DREAM

Makes 4 standard servings

INGREDIENTS

1 honeydew melon, peeled, seeded and quartered
2fl oz (60ml) Midori liqueur
16fl oz (500ml) soda water
1 cup crushed ice

METHOD

1. Process honeydew melon through juicer.
2. Stir in liqueur and soda water.
3. Scoop ice into 4 tall glasses, pour melon mixture, mix well to combine.

Serve immediately.

BLOODY MARY

Makes 4 standard servings

INGREDIENTS

4 medium tomatoes
2 stalks celery
1 large red bell pepper, base removed and seeded
2fl oz (60ml) Vodka
1 cup crushed ice

METHOD

1. Process tomatoes, celery and red bell pepper through juicer.
2. Stir in Vodka. Scoop ice into 4 glasses, pour tomato mixture, mix well to combine.

Serve immediately.

PEACH AND MINT JULEP

Makes 4 standard servings

INGREDIENTS

6 peaches, halved and seeded
½ cup fresh mint leaves
2fl oz (60ml) Creme de Menthe
2 teaspoons sugar
½ cup crushed ice
16fl oz (500ml) mineral water

METHOD

1. Process peaches and mint leaves through juicer.
2. Stir in Creme de Menthe and sugar.
3. Scoop ice into 4 glasses, pour peach mixture, mix well to combine.

Serve immediately.

GRAPE, KIWI AND BERRY BOOSTER

Grapes contain potassium and iron, providing a great pick-me-up after a strenuous day.

Makes 2-4 servings

INGREDIENTS

1lb (500g) green seedless grapes, stems removed
2 kiwi peeled
½ pint (250g) strawberries, hulled
16fl oz (500ml) skim milk
2 tablespoons powdered protein drink mix
½ cup crushed ice

METHOD

1. Process grapes, kiwi and strawberries through juicer.
2. Mix in milk, protein drink mix and crushed ice.

Serve immediately.

APRICOT, APPLE AND PEAR SPARKLE

Makes 2-4 servings

INGREDIENTS

4 large apricots, halved and seeded
4 small red apples
3 medium pears
8fl oz (250ml) sparkling mineral water
½ cup crushed ice

METHOD

1. Process apricots, apples and pears through juicer.
2. Stir in mineral water and ice.

Serve immediately.

BEETROOT, CARROT AND ORANGE QUENCHER

Makes 4 servings

INGREDIENTS

8 carrots
2 small beets, trimmed
¼ cup fresh mint leaves
4 oranges, peeled

METHOD

1. Process carrots, beets, mint leaves and oranges through juicer.

Serve immediately.

Rather than waste the pulp from the fruit and vegetables that have been juiced, the following recipes have been developed using the left over pulp.

VEGETABLE AND BACON SOUP

Makes 4 servings

INGREDIENTS

¼ cup butter
1 onion, finely chopped
1 ham bone
12oz (350g) beet pulp, strained and juice reserved
2oz (60g) potato pulp, strained and juice reserved
2oz (60g) carrot pulp, strained and juice reserved
4oz (120g) tomato pulp, strained and juice reserved
2oz (60g) cabbage pulp, strained and juice reserved
Reserved juices and enough water to make up 2.1 quart (2 liters)
4 bacon lardon, chopped
1 tablespoon lemon juice
½ cup sour cream

METHOD

1. Melt butter in a large saucepan, cook onion over a medium heat for 2-3 minutes or until golden. Add ham bone to pan, stir in beet pulp, potato pulp, carrot pulp, tomato pulp, cabbage pulp, reserved juices and water, bacon and lemon juice.
2. Bring to a boil, reduce heat and simmer for 30-40 minutes.
3. Remove ham bone, discard bone, finely chop meat and return to the pan.

Serve topped with sour cream.

CARROT, APPLE AND CELERY STRUDELS

Makes 8 servings

INGREDIENTS

2 tablespoons (30g) butter
1 small onion, finely chopped
4½ cups carrot, apple and celery pulp, strained
8oz (250g) cottage cheese
2 tablespoons chopped fresh mint
1 egg, beaten
12 sheets filo pastry
4 tablespoons (60g) butter, melted
1 cup grated fresh Parmesan cheese

METHOD

1. Melt butter in a saucepan, add onion, cook for 2-3 minutes, or until soft, seasoning to taste.
2. Combine onion, carrot, apple and celery pulp, cottage cheese, mint and egg in a bowl. Mix well.
3. Cut filo sheets in half, place 3 sheets on bench, cover remaining pastry with greaseproof paper, then a damp cloth to prevent drying. Brush 1 sheet of pastry with extra butter, sprinkle with Parmesan cheese, top with another sheet of pastry, brush with butter, sprinkle with more cheese. Repeat with last sheet of pastry.
4. Place tablespoons of carrot pulp mixture on one end of pastry, fold in sides and roll up like a swiss roll. Repeat with remaining pastry and pulp mixture. Place on a greased oven tray and bake at 400°F for 20-25 minutes or until golden.

PARSNIP, HERB AND POLENTA HOT CAKES

Makes 6 servings

INGREDIENTS

2 cups parsnip pulp, strained
2oz cup (60ml) milk
2 eggs, separated
¼ cup (45g) polenta (corn meal)
¼ cup (31g) self-rising flour
1 teaspoon chopped fresh thyme
1 teaspoon chopped fresh rosemary
1 teaspoon cajun seasoning
1 small red bell pepper, finely chopped
1 tablespoon oil

METHOD

1. Combine parsnip pulp, milk, egg yolks, self-rising flour, polenta, thyme, rosemary, cajun seasoning and red bell pepper in a large mixing bowl. Beat egg whites until soft peaks form, fold into parsnip mixture.
2. Heat oil in a large frying pan, drop spoonfuls of mixture into pan. Cook for about 1 minute on each side or until golden.

Serve immediately.

BERRY AND WHITE CHOCOLATE MOUSSE

Makes 6 servings

INGREDIENTS

7oz (200g) white chocolate
7oz (200g) strawberry pulp
7oz (200g) raspberry pulp
3 teaspoons gelatine dissolved in
¼ cup (30ml) hot water
3 egg yolks
10fl oz 300ml heavy whipping cream
¼ cup (26g) confectioners sugar, sifted
2 tablespoons (30ml) Grand Marnier

METHOD

1. Melt chocolate over hot water, cool, being careful not to let it set. Combine strawberry pulp and raspberry pulp, set aside. Combine chocolate, gelatine mixture and egg yolks, whisk until pale and glossy. Beat cream until soft peaks form, fold through chocolate mixture with berry pulp and Grand Marnier. Pour into a bundt cake mold. Refrigerate several hours or overnight.

CARROT CAKE

Makes 16 servings

INGREDIENTS

1¾ cups (228g) all purpose flour
2 teaspoons baking powder
½ teaspoon nutmeg
½ teaspoon cinnamon
½ teaspoon cardamom
½ cup (61g) chopped walnuts
½ cup (82g) raisins
½ cup (110g) firmly packed brown sugar
1½ cups carrot pulp
½ cup oil
2 eggs, lightly beaten
¼ cup (60ml) sour cream

METHOD

1. Grease and line a 9in x 5in loaf pan. Sift flour and baking powder into a large mixing bowl, add nutmeg, cinnamon, cardamom, peanuts, raisins, brown sugar and carrot pulp, stir to combine. Add eggs, oil and sour cream. Beat with electric mixer, using medium speed until all ingredients are well blended. Pour into loaf pan.
2. Bake at 350°F (180°C) for 1 hour or until cake is cooked when tested with a skewer. Remove from oven, stand in cake pan for 5 minutes before inverting out onto a wire cake rack.

NOTES

FÉLICITATIONS

pour l'achat de votre produit Breville

Inscrivez-vous en ligne pour le soutien technique et les offres exclusives.*

Consommateurs américains: www.brevilleusa.com

Consommateurs canadiens: www.breville.ca

*L'enregistrement n'est pas un substitut à la preuve d'achat lorsque vous soumettez une réclamation de garantie.

TABLE DES MATIÈRES

44 Breville vous recommande la sécurité avant tout

47 Faites la connaissance de votre produit Breville

50 Assemblage de votre produit Breville

53 Fonctionnement de votre produit Breville

57 Démontage de votre produit Breville

59 Entretien & nettoyage

62 Guide de dépannage

65 Trucs d'extraction

67 Information sur les fruits & légumes

70 Recettes

BREVILLE VOUS RECOMMANDE LA SÉCURITÉ AVANT TOUT

Chez Breville, la sécurité occupe une place de choix. Nous concevons et fabriquons des produits de consommation sans jamais perdre de vue la sécurité de notre précieuse clientèle. De plus, nous vous demandons d'être très vigilant lorsque vous utilisez un appareil électrique et de respecter les mesures de sécurité suivantes:

IMPORTANTES MESURES DE SÉCURITÉ

LISEZ TOUTES LES INSTRUCTIONS AVANT L'USAGE ET CONSERVEZ-LES POUR RÉFÉRENCE FUTURE

- Retirez et jetez tout matériel d'emballage ou étiquettes promotionnelles avant d'utiliser le Juice Fountain[MC] Multi-Speed pour la première fois.
- Ne touchez pas les petites lames à la base du panier-filtre en acier inoxydable.
- Afin d'éliminer les risques de suffocation chez les jeunes enfants, retirez et disposez de façon sécuritaire de l'enveloppe protectrice recouvrant la fiche de l'appareil.
- Ne placez pas le Juice Fountain[MC] Multi-Speed sur le bord d'un comptoir ou d'une table lorsqu'il fonctionne. Assurez-vous que la surface de travail est de niveau, propre et exempte d'eau, d'aliments ou autres. La vibration durant le fonctionnement peut faire bouger l'appareil.
- Tout déversement significatif sous ou autour de l'appareil ou sur l'appareil lui-même doit être nettoyé et séché avant de continuer à utiliser l'appareil.
- Ne placez pas le Juice Fountain[MC] Multi-Speed sur ou près d'un élément chauffant au gaz ou électrique et évitez qu'il ne touche à un four chaud.
- Assurez-vous que le Juice Fountain[MC] Multi-Speed est bien assemblé avant de l'utiliser. L'appareil ne fonctionnera pas s'il n'est pas correctement assemblé.
- N'utilisez pas le Juice Fountain[MC] Multi-Speed sur l'égouttoir d'évier.
- Ne laissez pas le Juice Fountain[MC] Multi-Speedsans surveillance lorsqu'il fonctionne.
- Assurez-vous toujours que le Juice Fountain[MC] Multi-Speed est éteint en mettant le commutateur en position hors tension et débranchez le cordon. Assurez-vous que le panier-filtre en acier inoxydable a cessé de tourner et que le moteur est complètement arrêté avant de dégager le bras de verrouillage de sécurité et/ou de tenter de déplacer l'appareil. Faites de même quand le Juice Fountain Plus[MC] n'est pas en fonction ou avant de le démonter, le nettoyer ou le ranger.
- Ne faites pas fonctionner l'appareil avec des fruits ou des légumes durs pour plus de 10 secondes à la fois. Laissez le moteur refroidir durant 1 minute entre chaque utilisation.
- Ne traitez pas de fruits à noyau, à moins de les avoir dénoyautés.
- Vérifiez régulièrement le bon état du cordon d'alimentation,de la fiche et de l'appareil lui-même. S'ils sont endommagés de quelque façon, cessez immédiatement l'utilisation et appelez le Centre de service aux consommateurs de Breville au 1-866-273-8455.
- Les recettes de ce livret d'instructions n'utilisent pas de lourdes charges d'aliments. Cependant, le fait d'extraire à basse vitesse le jus de fruits et légumes durs pourrait surcharger le moteur. Veuillez vous référer au guide d'extraction pour déterminer la vitesse exacte correspondant aux fruits et légumes sélectionnés.

- Gardez les mains, les doigts, les cheveux, les vêtements ainsi que les spatules ou tout autre ustensile éloigné de l'appareil pendant le fonctionnement.
- Ne poussez pas les aliments dans le tube d'alimentation avec vos doigts ou tout autre ustensile. Utilisez toujours le poussoir fourni. Ne mettez pas vos mains ou vos doigts dans le tube d'alimentation lorsqu'il est assemblé à l'appareil.
- Soyez prudent lorsque vous manipulez le panier-filtre en acier inoxydable, car les minuscules lames à la base du panier sont très coupantes. Une mauvaise manipulation peut causer des blessures.
- N'utilisez pas le Juice Fountain[MC] Multi-Speed pour autre chose que la nourriture et/ou la préparation de breuvages.
- Gardez l'appareil propre. Consultez la section d'entretien et de nettoyage.

FICHE ASSIST[MC] DE BREVILLE

Votre appareil Breville est muni d'une fiche exclusive Assist[MC] conçue spécialement avec un anneau pour laisser passer le doigt et retirer de façon sécuritaire la fiche de la prise électrique. Par mesure de sécurité, il est recommandé de brancher l'appareil dans une prise murale individuelle séparée des autres appareils. Une surcharge électrique causée par d'autres appareils pourrait altérer le bon fonctionnement de l'appareil. L'utilisation d'une barre d'alimentation ou d'une corde de rallonge n'est pas recommandée.

COURT CORDON D'ALIMENTATION

Votre appareil Breville est muni d'un court cordon d'alimentation très sécuritaire qui prévient les blessures corporelles ou dommages pouvant résulter du fait de tirer, trébucher ou s'enchevêtrer dans un cordon plus long. Ne laissez pas les enfants utiliser ou être à proximité de l'appareil sans supervision d'un adulte. Les cordons d'alimentation détachables ou les cordes de rallonge peuvent être utilisés avec précaution. Si vous utilisez une corde de rallonge: (1) la puissance électrique indiquée sur le cordon ou la corde de rallonge doit être au moins équivalente à la puissance électrique de l'appareil; (2) la corde ne doit pas pendre d'un comptoir ou d'une table où de jeunes enfants pourraient s'y suspendre ou trébucher accidentellement; (3) la corde de rallonge doit être munie d'une fiche à 3 broches reliée à la terre.

⚠ *ATTENTION*

Très large tube d'alimentation. Ne mettez pas les mains ou tout autre objet dans le tube d'alimentation. Utilisez toujours le poussoir fourni.

IMPORTANTES MESURES DE SÉCURITÉ POUR TOUT APPAREIL ÉLECTRIQUE

- Déroulez complètement le cordon d'alimentation avant l'usage.
- Ne laissez pas le cordon pendre d'un comptoir, touchez les surfaces chaudes ou se nouer.
- Pour vous protéger contre les chocs électriques, n'immergez pas le cordon, la fiche ou l'appareil lui-même dans l'eau ou tout autre liquide.
- Cet appareil n'est pas destiné à être utilisé par des personnes (incluant les enfants) avec facultés physiques, sensorielles ou mentales réduites ou ne possédant pas les connaissances ou l'expérience requises, à moins d'avoir été préparées et supervisées par une personne responsable de leur sécurité.
- Surveillez les enfants pour qu'ils ne jouent pas avec l'appareil.
- Cet appareil est conçu pour un usage domestique seulement. Ne l'utilisez pas à d'autres fins que celles prévues dans ce livret. Ne l'utilisez pas dans un véhicule ou un bateau en mouvement ou à l'extérieur. Une mauvaise utilisation peut causer des blessures.

⚠ *ATTENTION*

Assurez-vous que le couvercle de l'extracteur est bien en place avant de faire démarrer le moteur. Ne détachez pas le bras de verrouillage pendant que l'extracteur fonctionne.

CONSERVEZ CES INSTRUCTIONS

FAITES LA CONNAISSANCE

de votre produit Breville

FAITES LA CONNAISSANCE DE VOTRE PRODUIT BREVILLE

A. **Système unique d'alimentation centrale directe**
Assure une extraction maximale.

B. **Large tube d'alimentation de 3 po.**
Convient aux fruits et légumes entiers.

C. **Couvercle de l'extracteur**
(plateau supérieur du lave-vaisselle)

D. **Large contenant à pulpe de 3 litres**
(plateau supérieur du lave-vaisselle)

E. **Boîtier stylisé en acier inoxydable**

F. **Interrupteur ON/OFF**

G. **Indicateur de vitesse ACL**
Avec guide de vitesse d'extraction.

H. **Cadran électronique de contrôle de vitesse variable**

NOTE

Toutes les pièces allant au lave vaisselle vont sur le PLATEAU SUPÉRIEUR SEULEMENT.

I. **Poussoir**
Pour pousser les fruits et légumes entiers dans le tube d'alimentation.
(ne va pas au lave-vaisselle)

J. **Bras de verrouillage de sécurité en métal moulé**
Empêche l'extracteur de fonctionner si le couvercle n'est pas bien verrouillé.

K. **Nutri Disc**[MC]
Panier-filtre à micromailles en acier inoxydable renforcé de titane.
(plateau supérieur du lave-vaisselle)

L. **Couplage du moteur**

M. **Bol du panier-filtre**
(plateau supérieur du lave-vaisselle)

N. **Pichet à jus de 1.2 litre et couvercle**
Avec séparateur de mousse intégré.
(plateau supérieur du lave-vaisselle)

O. **Puissant moteur**
Avec garantie d'un an.

P. **Buse à jus fabriquée sur mesure**
Idéale pour extraire le jus directement dans le verre, sans dégât.
(plateau supérieur du lave-vaisselle)

Q. **Brosse de nettoyage**
Le bout plat sert à retirer la pulpe du contenant lorsque de grosses quantités sont traitées. Le bout en nylon facilite le nettoyage du Nutri Disc[MC] en acier inoxydable.
(plateau supérieur du lave-vaisselle)

R. **Nutri Disc[MC]**
Spécialementconçu pour extraire le jus des fruits et légumes.

S. **Séparateur de mousse intégré**
Sépare la mousse du jus lorsqu'il est versé dans le verre.
(si désiré)

T. **Couvercle du pichet à jus**
Permet à l'extracteur de fonctionner avec le couvercle afin d'éliminer les éclaboussures durant le fonctionnement. Placez le couvercle sur le pichet et gardez le jus au réfrigérateur.

NON ILLUSTRÉ

Cordon
l'extracteur, il s'enroule autour des pieds.

NOTE

Pour garder la mousse dans le pichet, retirer simplement le couvercle avant de verser le jus.

ASSEMBLAGE

de votre produit Breville

AVANT LA PREMIÈRE UTILISATION

Avant d'utiliser votre extracteur pour la première fois, retirez et jetez tout matériel d'emballage et étiquettes promotionnelles. Assurez-vous que l'appareil est hors tension et débranché.
Lavez le bol du panier-filtre, le Nutri Disc[MC], le couvercle de l'extracteur, le poussoir, le contenant à pulpe et le pichet à jus à l'eau chaude savonneuse, avec un chiffon doux. Rincez et séchez soigneusement. Le socle motorisé peut être essuyé avec un chiffon humide. Séchez à fond.

UTILISATION DU NUTRI DISC[MC]

1. Placez le socle motorisé sur une surface plane et sèche, comme un comptoir. Assurez-vous que le moteur est éteint (OFF) et débranchez l'appareil.
2. Placez le bol du porte-filtre sur le socle motorisé.

3. Alignez les flèches à la base du Nutri Disc[MC] avec les flèches sur le couplage d'entraînement du moteur et poussez vers le bas pour que le tout s'enclenche. Assurez-vous que le Nutri Disc[MC] est solidement fixé à l'intérieur du bol du filtre et sur le socle motorisé.

4. Placez le couvercle sur le bol du porte-filtre, alignez le tube d'alimentation sur le Nutri Disc[MC] et enclenchez le tout.

5. Soulevez le bras de verrouillage de sécurité et fixez-le dans les deux rainures latérales du couvercle de l'extracteur. Le bras de verrouillage sera alors en position verticale et bien verrouillé sur le dessus du couvercle de l'extracteur.

6. Faites glisser le poussoir dans le tube d'alimentation en alignant la rainure du poussoir avec la petite saillie à l'intérieur du tube d'alimentation. Faites descendre le poussoir jusqu'au fond du tube d'alimentation.

7. Installez le contenant à pulpe bien en place en inclinant sa base éloignée du socle motorisé et faites glisser le haut du contenant par-dessus la partie inférieure du couvercle de l'extracteur. Replacez la base du contenant à pulpe sur le socle motorisé en vous assurant qu'il est bien assis sur le support à la base du moteur.

NOTE

Pour minimiser le nettoyage, insérez un sac alimentaire à l'intérieur du contenant pour récupérer la pulpe. Vous pourrez subséquemment utiliser la pulpe dans vos recettes, vous en servir comme compost pour le jardin ou la jeter.

8. Placez le pichet à jus fourni sous le bec verseur, à la droite de l'extracteur. Le couvercle du pichet peut être mis en place pour éviter les éclaboussures.Vous pouvez également vous servir de la buse à jus fabriquée sur mesure pour aller sur le bec verseur et y installer un verre au-dessous. La buse à jus permet une extraction sans éclaboussures.

FONCTIONNEMENT

de votre produit Breville

1. Lavez les fruits et légumes que vous voulez utiliser.

NOTE

La plupart des fruits et légumes tels que les pommes, les carottes et les concombres n'auront pas à être coupés ou taillés pour être mis dans le tube d'alimentation. Assurez-vous que les légumes comme les betteraves, les carottes, etc. n'ont pas de résidu de terre, sont bien lavés et leurs feuilles retirées avant d'être utilisés.

2. Assurez-vous que l'extracteur est correctement assemblé. Consultez la section Assemblage de votre extracteur. Assurez-vous que le pichet à jus (ou un verre) est placé sous le bec verseur et que le contenant à pulpe est bien installé avant de commencer l'extraction.
3. Branchez le cordon d'alimentation dans une prise murale de 110/120 V. L'écran ACL s'illuminera.
4. Mettez l'interrupteur 'ON/OFF' sur le panneau de commande en position 'ON'. L'extracteur commencera à fonctionner à la vitesse sélectionnée. Vous pouvez modifier la vitesse en tout temps durant l'extraction en ajustant le cadran de contrôle de vitesse variable.
5. Pendant que le moteur tourne, déposez les aliments dans le tube d'alimentation en utilisant le poussoir pour les faire descendre. Pour une extraction maximale de jus, poussez lentement sur le poussoir.
6. À mesure que les fruits et légumes sont traités, le jus s'écoulera dans le pichet et la pulpe qui s'en sépare s'accumulera dans le contenant à pulpe. Vous pourrez vider le contenant à pulpe durant l'extraction en éteignant l'appareil ('OFF' sur le panneau de commande) et en retirant délicatement le contenant à pulpe. Replacez ensuite le contenant vide avant de poursuivre l'extraction.

NOTE

Après 3 minutes, l'écran ACL s'éteindra automatiquement si l'interrupteur 'ON/OFF' n'est pas à 'ON' ou qu'une vitesse n'a pas été sélectionnée.

NOTE

L'écran ACL s'illuminera en continu durant 3 minutes avant de passer en mode veille, où il s'éteindra automatiquement pour économiser l'énergie.

L'écran s'illuminera à nouveau après avoir activé l'interrupteur 'ON/OFF', le cadran de vitesse ou le bras de verrouillage de sécurité.

Lorsque le bras de verrouillage n'est pas bien enclenché sur le dessus du couvercle de l'extracteur, l'écran ACL clignotera en affichant un "L" indiquant qu'il doit être verrouillé en place.

Lorsque le bras de verrouillage de sécurité est bien fixé sur le couvercle de l'extracteur, l'écran ACL s'illuminera et affichera la vitesse sélectionnée. Vous pouvez modifier la vitesse en ajustant le cadran de contrôle de vitesse variable. Pour choisir rapidement la vitesse, consultez le guide de vitesse affiché sur l'écran ACL, le tableau sélecteur de vitesse indiqué sur le contenant à pulpe ou voyez le tableau sélecteur de vitesse.

Les fruits et légumes durs surchargeront le moteur, si une basse vitesse est sélectionnée. Consultez le tableau sélecteur de vitesse pour déterminer la vitesse adéquate pour les fruits et légumes à traites.

PRÉPARATION DES FRUITS ET LÉGUMES POUR L'EXTRACTEUR TABLEAU SÉLECTEUR DE VITESSE

FRUITS / LÉGUMES	VITESSE SUGGÉRÉE
Abricots (dénoyautés)	2
Ananas (pelés)	5
Betteraves (parées)	5
Bleuets	1
Brocoli	4
Carottes	5
Céleri	5
Chou	4
Choux de Bruxelles (parés)	5
Chou-fleur	4
Concombre (peau tendre)	4
Concombre (pelé)	2
Fenouil	5
Framboises	1
Kiwi (pelé)	2
Mangues (pelées et dénoyautées)	2
Melon (pelé)	1
Melon d'eau (pelé)	1
Nectarines (épépinées)	2
Oranges (pelées)	3
Pêches (équeutées)	2
Poires dures (équeutées)	5
Poires tendres (équeutées)	2
Pommes	5
Prunes (dénoyautées)	2
Raisins (égrenés)	1
Tomates	1

NOTE

Consultez le tableau sélecteur de vitesse sur le contenant à pulpe pour une référence rapide et pratique sur l'extraction.

NOTE

L'extracteur cessera automatiquement de fonctionner si le moteur cale pour plus de 10 secondes. Cela est une fonction de sécurité. Soit que trop d'aliments sont traités à la fois ou qu'ils ne sont pas coupés assez petits. Coupez les aliments en plus petits morceaux de même taille et/ou traitez une plus petite quantité à la fois. Pour poursuivre l'extraction, réinitialisez l'extracteur en mettant l'interrupteur 'ON/OFF' à 'OFF', débranchez l'appareil, dégagez les aliments du tube d'alimentation et rebranchez l'appareil. Remettez l'appareil en marche en mettant l'interrupteur 'ON/OFF' à 'ON'.

NOTE

Ne laissez pas le contenant à pulpe déborder, car cela affectera le fonctionnement de l'appareil. Pour minimiser le nettoyage, insérez un sac alimentaire à l'intérieur du contenant pour récupérer la pulpe. Vous pourrez subséquemment utiliser la pulpe dans vos recettes, vous en servir comme compost pour le jardin ou la jeter. Pour incorporer la pulpe au jus, retirez simplement le couvercle du pichet avant de verser le jus dans votre verre.

⚠ ***ATTENTION***

N'utilisez jamais vos doigts pour pousser les aliments dans le tube d'alimentation ou pour le nettoyer durant l'extraction. Servez-vous toujours du poussoir fourni.

DÉMONTAGE

de votre produit Breville

EXTRACTEUR DE JUS

1. Assurez-vous que l'extracteur est éteint en mettant l'interrupteur ON/OFF du panneau de commande à OFF, puis débranchez l'appareil.
2. Retirez le contenant à pulpe en l'inclinant pour l'éloigner du socle motorisé, puis dégagez-le du couvercle de l'extracteur et du support à la base du moteur.

3. Utilisez la poignée située sur le bras de verrouillage pour le soulever du couvercle de l'extracteur et l'abaisser en position d'arrêt.

4. Soulevez le couvercle de l'extracteur.

5. Retirez le bol du panier-filtre avec le Nutri Disc[MC] encore en place.

6. Pour retirer le Nutri Disc[MC] du bol du panier-filtre, insérez les doigts sous les rainures marquées 'Lift Basket' et soulevez le Nutri Disc[MC]. Pour faciliter le nettoyage, nous recommandons de retirer le Nutri Disc[MC] au-dessus du lavabo.

⚠ *ATTENTION*

Le Nutri Disc[MC] est muni de petites lames très coupantes qui traitent les fruits et légumes. Évitez d'y toucher lorsque vous manipulez le panier-filtre.

ENTRETIEN & NETTOYAGE

de votre produit Breville

Assurez-vous que l'extracteur est éteint en mettant l'interrupteur ON/OFF du panneau de commande à OFF, puis débranchez l'appareil.

Assurez-vous que l'extracteur est correctement démonté. Consultez la section Démontage de votre extracteur.

NOTE

Nettoyez au fur et à mesure pour éviter l'accumulation de jus séché et de pulpe

Immédiatement après chaque usage, rincez les pièces amovibles à l'eau très chaude afin de dégager la pulpe humide.

Pour minimiser le nettoyage, insérez un sac alimentaire à l'intérieur du contenant à pulpe pour la récupérer. Vous pourrez subséquemment l'utiliser dans vos recettes, vous en servir comme compost pour le jardin ou la jeter.

NETTOYER LE SOCLE MOTORISÉ

1. Essuyez le socle motorisé avec un chiffon doux et humide et séchez soigneusement.
2. Essuyez tout excès de particules alimentaires sur le cordon d'alimentation.

NOTE

N'utilisez pas de tampons à récurer ou de nettoyants abrasifs pour nettoyer les pièces ou le socle motorisé, car ils peuvent en égratigner la surface.

NETTOYER LE BOL DU PANIER-FILTRE, LE COUVERCLE DE L'EXTRACTEUR, LE POUSSOIR ET LE CONTENANT À PULPE

1. Lavez toutes les pièces à l'eau chaude savonneuse avec un chiffon doux. Rincez et séchez soigneusement.

NOTE

Le bol du panier-filtre, le couvercle de l'extracteur et le contenant à pulpe vont au lave-vaisselle. (plateau supérieur seulement)

NETTOYER LE NUTRI DISC^MC

Pour obtenir des résultats cohérents, assurez-vous que le Nutri Disc^MC est soigneusement nettoyé en utilisant la brosse de nettoyage fournie.

1. Une fois l'extraction complétée, faites tremper le Nutri Disc^MC dans l'eau chaude savonneuse environ 10 minutes. Si la pulpe séchée reste sur le filtre, elle peut obstruer les pores du filtre à micro-mailles et ainsi réduire l'efficacité de l'extracteur.
2. À l'aide de la brosse de nettoyage, maintenez le panier-filtre sous l'eau du robinet et brossez-le de l'intérieur vers le rebord. Évitez de toucher les petites lames coupantes dans le centre du Nutri Disc^MC. Après avoir nettoyé le panier-filtre, maintenez-le face à la lumière pour vous assurer que les pores de la maille ne sont pas obstrués. S'ils sont bloqués, faites tremper le panier-filtre dans l'eau très chaude avec 10% de jus de citron pour dégager les pores. Sinon, lavez le Nutri Disc^MC dans le lave-vaisselle.

NOTE

Le Nutri Disc[MC] va au lave-vaisselle. (plateau supérieur seulement)

- Ne faites pas tremper le Nutri Disc[MC] dans un nettoyant javellisant ou abrasif.
- Traitez toujours le Nutri Disc[MC] avec soin, car il peut facilement s'endommager

NETTOYER LE PICHET À JUS

1. Rincez le pichet à jus et son couvercle avec séparateur de mousse sous l'eau courante.
1. Lavez les deux pièces dans l'eau chaude savonneuse avec un chiffon doux. Rincez et séchez soigneusement

NOTE

Le pichet à jus et son couvercle vont au lave-vaisselle (plateau supérieur seulement).

ÉLIMINER LES TACHES D'ALIMENTS TENACES ET LES ODEURS

La matière plastique peut se décolorer avec des fruits ou des légumes très colorés. Pour éviter une telle situation, lavez les pièces immédiatement après usage. S'il y a décoloration, faites tremper les pièces en plastique dans l'eau avec 10% de jus de citron. Elles peuvent également être nettoyées avec un produit nettoyant non abrasif.

⚠ *ATTENTION*

Ne pas immerger le socle motorisé dans l'eau ou tout autre liquide.

Le centre du Nutri Disc[MC] et le tube d'alimentation sont munis de petites lames très coupantes qui traitent les fruits et les légumes durant l'extraction. N'y touchez pas lorsque vous manipulez le Nutri Disc[MC] ou le tube d'alimentation.

GUDE DE DÉPANNAGE

GUIDE DE DÉPANNAGE

PROBLÈME POSSIBLE	SOLUTION FACILE
L'appareil ne fonctionne pas en position ON	• Le bras de verrouillage de sécurité peut ne pas être bien enclenché en position verticale de fonctionnement dans les rainures latérales du couvercle de l'extracteur.
Le moteur semble s'arrêter durant l'extraction	• La pulpe humide peut s'accumuler sous le couvercle de l'extracteur, si l'extraction est trop vigoureuse. Essayez de ralentir l'extraction en poussant lentement les aliments avec le poussoir. Suivez les consignes de Démontage et de Nettoyage et nettoyez le bol du filtre, le panier-filtre en acier inoxydable et le couvercle de l'extracteur.
	• L'extracteur cessera automatiquement de fonctionner si le moteur cale pour plus de 10 secondes. Soit que trop d'aliments sont traités à la fois ou qu'ils ne sont pas assez petits. Coupez les aliments en plus petits morceaux de même taille et traitez une plus petite quantité à la fois. Pour poursuivre l'extraction, réinitialisez l'extracteur en mettant l'interrupteur ON/OFF du panneau de commande à OFF puis remettez l'appareil en marche en mettant l'interrupteur ON/ OFF à ON.
	• Les fruits et légumes durs peuvent surcharger le moteur, si la basse vitesse est sélectionnée. Consultez le guide d'extraction pour déterminer la vitesse adéquate d'extraction pour les fruits et légumes sélectionnés.
Un excès de pulpe s'accumule sur le Nutri Disc[MC]	• Cessez l'extraction et suivez les directives de Démontage. Retirez le couvercle de l'extracteur, raclez l'excès de pulpe, réassemblez et reprenez l'extraction. Alternez entre les différentes variétés de fruits et légumes (mous ou durs)
La pulpe est trop humide et la quantité de jus est réduite	• Essayez de ralentir l'extraction. • Retirez le Nutri Disc[MC] et nettoyez soigneusement la paroi en micromailles à l'aide de la brosse de nettoyage. Rincez le Nutri Disc[MC] sous l'eau chaude. Si les pores du filtre en micromailles sont bloqués, faites tremper le panier dans une solution d'eau très chaude et de 10% de jus de citron pour débloquer les pores, ou lavez-le dans le lave-vaisselle. Cela éliminera les fibres accumulées (des fruits et légumes) qui pourraient obstruer le débit.

GUIDE DE DÉPANNAGE

PROBLÈME POSSIBLE	SOLUTION FACILE
Le jus s'écoule du rebord du couvercle de l'extracteur	• Essayez une vitesse d'extraction plus basse et poussez plus lentement sur le poussoir dans le tube d'alimentation.
Le jus éclabousse du bec verseur	• Utilisez le pichet à jus avec son couvercle, ou si vous utilisez un verre, installez la buse à jus fabriquée sur mesure. • Utilisez des fruits à plus forte teneur en eau pour diluer le contenu. En outre, essayez de ralentir la vitesse d'extraction en mettant un morceau à la fois et en poussant plus lentement sur le poussoir.

TRUCS D'EXTRACTION

INFORMATION PERTINENTE SUR L'EXTRACTION

Bien que les jus contenus dans ce livret aient été développés en mettant de l'avant la saveur, la texture et l'arôme, les avantages pour la santé sont considérables et ajoutent au plaisir de les déguster.

Jusqu'à 70% des nutriments des fruits et légumes se retrouve dans le jus. Le liquide extrait des fruits et légumes frais représente une partie importante d'un bon équilibre alimentaire. Le jus de fruits et de légumes frais est une source de vitamines et de minéraux. Il est rapidement absorbé par le sang et ainsi, le corps peut digérer très rapidement les nutriments.

Lorsque vous préparez vos propres jus, vous êtes maître d'y incorporer ce que vous voulez. Vous choisissez les ingrédients et décidez si vous devez ajouter du sucre, du sel ou toute autre saveur. Le jus fraîchement préparé devrait être bu immédiatement après l'extraction, pour éviter la perte de contenu vitaminique.

ACHAT ET CONSERVATION DES FRUITS ET LÉGUMES

- Lavez toujours les fruits et les légumes avant l'extraction.
- Utilisez toujours des fruits et légumes frais pour l'extraction.
- Pour économiser et obtenir des produits frais, achetez des fruits et légumes en saison. Consultez le tableau d'information sur les fruits et légumes.
- Gardez vos fruits et légumes prêts pour l'extraction en les lavant et les séchant avant de les mettre de côté.
- La plupart des fruits et légumes rustiques peuvent être gardés à la température de la pièce. Les produits plus délicats et périssables comme les petits fruits, les légumes à feuilles, le céleri, les concombres et les fines herbes doivent être gardés au réfrigérateur jusqu'au moment de les utiliser.

PRÉPARATION DES FRUITS ET DES LÉGUMES POUR L'EXTRACTION

- Si vous utilisez des fruits à peau dure et non comestible, comme les mangues, les citrons, les melons ou les ananas pelez-les toujours avant l'extraction.
- Certains légumes comme les concombres peuvent être traités non pelés, selon la consistance de la pelure et les besoins d'extraction.
- Tous les fruits à gros pépins, graines dures ou noyaux, comme les nectarines, pêches, mangues, abricots, prunes et cerises, doivent être épépinés ou dénoyautés avant l'extraction.
- Assurez-vous que les légumes comme les betteraves, les carottes, etc. sont exempts de terre et ont été lavés et parés avant l'extraction.
- Assurez-vous que les fruits, comme les fraises et les poires, sont équeutés avant l'extraction.
- Les agrumes peuvent être traités dans l'extracteur, mais doivent avoir été pelés et épépinés avant l'extraction.
- Quelques gouttes de jus de citron pourront être ajoutées au jus de pomme pour réduire la décoloration.

NOTE

Votre extracteur permet de préparer un jus d'orange vivifiant et mousseux. Vous n'avez qu'à peler les oranges et retirer les pépins encombrants avant l'extraction. Il est préférable de réfrigérer les oranges avant l'extraction.

INFORMATION SUR LES FRUITS & LÉGUMES

INFORMATION SUR LES FRUITS & LÉGUMES

FRUITS & LÉGUMES	SAISON POUR ACHETER	CONSERVATION	VALEUR NUTRITIVE	NOMBRE DE CALORIES
Abricots	Été	Non emballés / bac à légumes du réfrigérateur	Riche en fibres diététiques Potassium	55g d'abricots = 19 cal.
Ananas	Printemps/ Été	Garder au frais	Vitamine B6, C, E, Beta Carotène, Folate, Magnesium, Potassium, Fibres diététéques	100g d'ananas = 43 cal.
Bananes	Toute l'année	Couper le dessus et réfrigérer non emballés	Vitamines B6 & C, Potassium, Fibres diététiques	100g de bananes = 90 cal.
Betteraves	Hiver	Couper le dessus et réfrigérer non emballés	Source de folate et Fibres diététiques Vitamine C et Potassium	160g de betteraves = 79 cal.
Bleuets	Été	Couvert au réfrigérateur	Vitamine C	100g de bleuets = 52 cal.
Brocoli	Automne-Hiver	Sacs d'alimentation au réfrigérateur	Vitamine C, Folate, B2, B5, E, B6 et Fibres diététiques	100g de brocoli = 31 cal.
Carottes	Hiver	Découvert au réfrigérateur	Vitamine A, C, B6 et Fibres diététiques	100g de carottes = 33 cal.
Céleri	Automne-Hiver	Réfrigérer dans un sac d'alimentation	Vitamine C et Potassium	100g de céleri = 15 cal.
Chou	Hiver	Emballés et parés au réfrigérateur	Vitamine C, Folate, Potassium, B6 et Fibres diététiques	100g de chou = 22 cal.
Choux de Bruxelles	Automne-Hiver	Non emballés / bac à légumes du réfrigérateur	Vitamine C, B2, B6, E, Folate et Fibres diététiques	100g de choux de Bruxelles = 37 cal
Chou-fleur	Automne-Hiver	Retirer les feuilles, mettre dans un sas d'alimentation au réfrigérateur	Vitamine C, B5, B6, Folate, Vitamine 5 et Potassium	100g de chou-fleur = 24,5 cal.
Concombres	Été	Bac à légumes du réfrigérateur	Vitamine C	100g de concombres =12 cals
Épinards	Toute l'année	Réfrigérer	Vitamine B6, C, E, Beta carotène, Folate, Magnésium, Potassium, Fibres diététiques	100g d'épinards = 15 cal.

INFORMATION SUR LES FRUITS & LÉGUMES

FRUITS & LÉGUMES	SAISON POUR ACHETER	CONSERVATION	VALEUR NUTRITIVE	NOMBRE DE CALORIES
Fenouil	Automne à Printemps	Réfrigérer	Vitamine C, Fibres diététiques, Folate	100g de fenouil = 19 cal.
Kiwis	Hiver/ Printemps	Bac à légumes du réfrigérateur	Vitamine C et Potassium	100g de kiwis = 52 cal.
Mangues	Été	Couvert au réfrigérateur	Vitamine A, C, B1, B6 et Potassium	207g de mangues = 113 cal.
Melons incluant melons d'eau	Été/Automne	Bac à légumes du réfrigérateur	Vitamine C, Folate, Fibres déitétiques et Vitamine A	200g de melon = 50 cal.
Nectarines	Été	Bac à légumes du réfrigérateur	Vitamine C, B3, Potassium et Fibres diététiques	151g de nectarines = 66 cal
Oranges	Hiver/ Automne/ Printemps	Endroit frais & sec pour 1 sem, puis au réfrigérateur pour garder plus longtemps	Vitamine C	131g d'oranges = 54 cal.
Pamplemousses	Toute l'année	Température de la pièce	Vitamine C, Bioflavonoïdes, Lycopène, Fibres diététiques	100g pamplemousses = 33 cal.
Patates douces	Toute l'année	Garder au frais	Vitamine C, E, Beta Carotène, Fibres diététiques	100g Papate douce = 65 cal.
Pêches	Été	Mûrir à température ambiante puis réfrigérer	Vitamine C, Potassium, Fibres diététiques, Beta Carotène	100g de pêches = 42 cal.
Poires	Automne/ Hiver	Mûrir à température ambiante puis réfrigérer	Vitamine C & E Fibres diététiques	161g de poires = 93 cal
Pommes	Automne/ Hiver	Sac troué au réfrigérateur	Riche en fibres diététiques et vitamines C	166g de pommes = 80 cal.
Raisins (sans pépins)	Été/Automne	Sac d'alimentation au réfrigérateur	Vitamine C, B6 et Potassium	100g de raisins = 60-83 cal.
Tomates	Fin Hiver à début printemps	Mûrir à température ambiante	Lycopène, vitamine C, E, folate, fibres diététiques	100g de tomates = 15-17 cal.

RECETTES

JUS DE POMME, CAROTTE & CÉLERI

2 portions

Vous pouvez modifier les quantités de carottes ou de pommes pour adoucir le jus ou l'aciduler, selon vos goûts

INGRÉDIENTS

4 petites pommes Granny Smith
3 carottes moyennes, parées
4 branches de céleri

MARCHE À SUIVRE

Traiter les pommes, les carottes et le céleri dans l'extracteur de jus.

Bien mélanger et servir immédiatement.

JUS DE TOMATE, CAROTTE, CÉLERI & LIME

2 portions

INGRÉDIENTS

2 tomates moyennes
1 grosse carotte, parée
2 branches de céleri, parées
1 lime, pelée

MARCHE À SUIVRE

Traiter les tomates, les carottes, le céleri et la lime dans l'extracteur de jus.

Servir immédiatement.

JUS DE CAROTTE, BETTERAVE & ORANGE

2 portions

INGRÉDIENTS

2 carottes moyennes, parées
3 betteraves moyennes, parées
4 oranges, pelées

MARCHE À SUIVRE

Traiter les carottes, les betteraves et les oranges dans l'extracteur de jus

Servir immédiatement.

JUS DE POMME, PÊCHE & PAMPLEMOUSSE

2 portions

INGRÉDIENTS

1 petite pomme Délicieuse
2 grosses pêches, coupées en deux et dénoyautées
2 pamplemousses, pelés

MARCHE À SUIVRE

Traiter les pommes, les pêches et les pamplemousses dans l'extracteur de jus.

Servir immédiatement.

JUS D'ANANAS, PÊCHE & POIRE

2 portions

INGRÉDIENTS

½ petit ananas, pelé et coupé en deux
2 pêches, coupées en deux et dénoyautées
2 petites poires mûres

MARCHE À SUIVRE

Traiter l'ananas, les pêches et les poires dans l'extracteur de jus.

Servir immédiatement.

JUS DE POMME, POIRE & FRAISE

2 portions

INGRÉDIENTS

1 petite pomme Granny Smith
3 petites poires mûres
1 tasse de fraises, équeutées

MARCHE À SUIVRE

Traiter les pommes, les poires et les fraises dans l'extracteur de jus.

Servir immédiatement.

JUS DE CANTALOUP, MENTHE & MANGUE

2 portions

INGRÉDIENTS

½ petit cantaloup, pelé, égrené et coupé en deux
3 tiges de menthe fraîche
1 mangue, coupée en deux, dénoyautée et pelée

MARCHE À SUIVRE

Traiter le cantaloup, la menthe et la mangue dans l'extracteur de jus.

Servir immédiatement.

JUS DE TOMATE, CONCOMBRE, PERSIL & CAROTTE

2 portions

INGRÉDIENTS

3 tomates moyennes
1 gros concombre
1 gros bouquet de persil frais
3 carottes moyennes, parées

MARCHE À SUIVRE

1. Traiter les tomates, le concombre, le persil et les carottes dans l'extracteur de jus.

Servir immédiatement.

JUS DE PATATE DOUCE, CÉLERI, GINGEMBRE & ORANGE

2 portions

INGRÉDIENTS

4 tranches de céleri, parées
1 petite patate douce, pelée et coupée en deux
1 morceau de gingembre frais de 1 po
4 oranges, pelées

MARCHE À SUIVRE

Traiter le céleri, la patate douce, le gingembre et les oranges dans l'extracteur de jus.

Servir immédiatement.

JUS DE PANAIS, CÉLERI & POIRE

2 portions

INGRÉDIENTS

2 panais, parés
4 branches de céleri, parées
4 poires moyennes, équeutées

MARCHE À SUIVRE

Traiter les panais, le céleri et les poires dans l'extracteur de jus.

Servir immédiatement.

JUS DE TOMATE, CAROTTE & POIVRON

2 portions

INGRÉDIENTS

2 petits poivrons rouges
3 tomates moyennes
3 carottes, parées
4 tiges de persil

MARCHE À SUIVRE

1. Parer et égrener le poivron rouge.
2. Traiter les tomates, les carottes, le persil et le poivron dans l'extracteur de jus.

Servir immédiatement.

JUS DE MÛRE, POIRE & PAMPLEMOUSSE

2 portions

INGRÉDIENTS

250 g (8 oz) de mûres
3 poires mûres
2 pamplemousses, pelés

MARCHE À SUIVRE

Traiter les mûres, les poires et les pamplemousses dans l'extracteur de jus.

Servir immédiatement.

JUS DE BETTERAVE, POMME & CÉLERI

2 portions

INGRÉDIENTS

4 betteraves moyennes, parées
2 pommes moyennes Granny Smith
4 branches de céleri

MARCHE À SUIVRE

Traiter les betteraves, les pommes et le céleri dans l'extracteur de jus.

Servir immédiatement

JUS DE BLEUET, MÛRE, FRAISE & LIME

2 portions

INGRÉDIENTS

500 g (1 chopine) de mûres
500 g (1 chopine) de bleuets
500 g (1 chopine) de fraises, équeutées
1 lime, pelée

MARCHE À SUIVRE

Traiter les mûres, les bleuets, les fraises et la lime dans l'extracteur de jus.

Servir immédiatement.

JUS DE CONCOMBRE, CÉLERI, FENOUIL & FÈVES GERMÉES

2 portions

INGRÉDIENTS

1 gros concombre
3 branches de céleri
1 bulbe de fenouil, paré
2 tasses de fèves germées

MARCHE À SUIVRE

Traiter le concombre, le céleri, le fenouil et les fèves germées dans l'extracteur de jus.

Servir immédiatement.

JUS D'ORANGE MOUSSEUX

4 portions

INGRÉDIENTS

1kg (2 lb) d'oranges, pelées

MARCHE À SUIVRE

Traiter les oranges dans l'extracteur de jus. (Il est préférable de réfrigérer les oranges avant d'en extraire le jus)

Servir immédiatement.

SOUPE AUX LÉGUMES FRAIS & NOUILLES

4 portions

INGRÉDIENTS

1 petite tomate
1 petit oignon, pelé et paré
2 carottes
1 poivron vert, égrené
15 g (1 c. à soupe) de beurre
1 c. à soupe de farine de blé entier
375 ml (13 oz) de bouillon de légumes
425 g (15 oz) de haricots blancs en conserve
1 paquet de nouilles instantanées
Poivre noir fraîchement moulu

MARCHE À SUIVRE

1. Traiter la tomate, l'oignon, les carottes et le poivron dans l'extracteur de jus.
2. Dans une grande casserole, faire fondre le beurre à feu moyen.
3. Ajouter la farine, cuire 1 min en remuant constamment.
4. Verser le jus extrait, le bouillon de légumes et les fèves.
5. Porter à ébullition, réduire le feu et laisser mijoter 10 min.
6. Ajouter les nouilles, cuire 2 min ou jusqu'à ce qu'elles soient tendres.

Verser dans 4 bols à soupe, saupoudrer de poivre noir au goût et servir immédiatement.

GAZPACHO

4 portions

INGRÉDIENTS

4 tomates moyennes
4 tiges de persil frais
1 grosse gousse d'ail, pelée
1 petit oignon, pelé et paré
2 carottes
2 branches de céleri
1 poivron rouge, égrené
1 concombre libanais
2 c. à soupe de vinaigre de vin rouge
Poivre noir fraîchement moulu
1 tasse de glace concassée
¾ tasse de basilic frais haché

MARCHE À SUIVRE

1. Traiter les tomates, le persil, l'ail, l'oignon, les carottes, le céleri, le poivron et le concombre dans l'extracteur de jus.
2. Ajouter le vinaigre et le poivre.
3. Disposer la glace dans 4 bols à soupe

Verser le jus extrait, saupoudrer de basilic et servir immédiatement.

PÂTES À LA SAUCE PROVENÇALE

4 portions

INGRÉDIENTS

4 tomates
2 tiges de persil frais
1 branche de céleri
2 grosses gousses d'ail
1 petit oignon, pelé et paré
1 poivron rouge, égrené
1 c. à soupe de pâte de tomate
½ tasse de vin rouge
2 c. à thé d'origan séché
500 g (1 lb) de pâtes cuites
¾ tasse de fromage parmesan râpé

MARCHE À SUIVRE

1. Traiter les tomates, le persil, le céleri, l'ail, l'oignon et le poivron dans l'extracteur de jus.
2. Mélanger la pâte de tomate et le vin rouge et ajouter au jus extrait.
3. Verser dans le poêlon et cuire à feu moyen 3-4 min.
4. Ajouter les pâtes et mélanger pour bien recouvrir. Disposer le mélange dans 4 bols de service.
5. Saupoudrer d'origan et de fromage parmesan.

Servir immédiatement.

BOISSON À LA MANGUE, CANTALOUP, ORANGE & YOGOURT

4 portions

INGRÉDIENTS

1 mangue, coupée en deux, pelée et dénoyautée
½ petit cantaloup, pelé, égrené et coupé en deux portions égales
5 oranges, pelées
¾ tasse de yogourt nature

MARCHE À SUIVRE

1. Traiter la mangue, le cantaloup et les oranges dans l'extracteur de jus.
2. Verser dans un grand bol et ajouter le yogourt à l'aide d'un fouet.

Servir immédiatement.

PANACHÉ DE POIRE & ABRICOT

2 portions

INGRÉDIENTS

4 gros abricots, coupés en deux et dénoyautés
3 grosses poires
250 ml (8 oz) d'eau minérale
1 tasse de glace concassée

MARCHE À SUIVRE

1. Traiter les abricots et les poires dans l'extracteur de jus.
2. Disposer la glace concassée dans 4 grands verres.
3. Verser le jus dans chacun des verres.
4. Ajouter l'eau minérale et bien remuer pour mélanger

Servir immédiatement.

BOISSON GLACÉE AU CANTALOUP, FRAISE & FRUIT DE LA PASSION

2 portions

INGRÉDIENTS

½ cantaloup, pelé, égrené et coupé en deux portions égales
250 g (8 oz) de fraises, équeutées
Pulpe de 2 fruits de la passion
1 tasse de glace concassée

MARCHE À SUIVRE

1. Traiter le cantaloup et les fraises dans l'extracteur de jus.
2. Ajouter la pulpe de fruits de la passion.
3. Disposer la glace dans 4 verres, y verser le jus et bien remuer.

Servir immédiatement.

MÉLANGE TROPICAL

2 portions

INGRÉDIENTS

2 mangues, coupées, dénoyautées et pelées
3 kiwis, pelés
½ petit ananas, pelé et coupé en deux
½ tasse de feuilles de menthe fraîche
1 tasse de glace concassée

MARCHE À SUIVRE

1. Traiter les mangues, les kiwis, l'ananas et la menthe dans l'extracteur de jus.
2. Disposer la glace dans 4 verres, y verser le jus et bien remuer.

Servir immédiatement.

BOISSON GLACÉE À LA TOMATE, NECTARINE, FRUIT DE LA PASSION ET MENTHE

2 portions

INGRÉDIENTS

6 tomates
2 nectarines, coupées en deux et épépinées
½ tasse de feuilles de menthe fraîche
Pulpe de 4 fruits de la passion
1 tasse de glace concassée

MARCHE À SUIVRE

1. Traiter les tomates, nectarines et feuilles de menthe dans l'extracteur de jus.
2. Ajouter la pulpe de fruits de la passion.
3. Disposer la glace dans 4 verres, y ajouter verser le jus et bien remuer

Servir immédiatement.

BOISSON GLACÉE AU CONCOMBRE, ANANAS & CORIANDRE

2 portions

INGRÉDIENTS

½ petit ananas, pelé et coupé en deux
2 concombres
½ tasse de feuilles de coriandre fraîche
1 tasse de glace concassée

MARCHE À SUIVRE

1. Traiter l'ananas, les concombres et la coriandre dans l'extracteur de jus.
2. Disposer la glace dans 4 verres, y verser le jus et bien remuer.

Servir immédiatement.

BOISSON GLACÉE À LA POIRE, RADIS & CÉLERI

2 portions

INGRÉDIENTS

3 poires moyennes
4 radis, parés
3 branches de céleri
1 tasse de glace concassée

MARCHE À SUIVRE

1. Traiter les poires, les radis et le céleri dans l'extracteur de jus.
2. Disposer la glace dans 4 verres, y verser le jus et bien remuer

Servir immédiatement.

PINA COLADA

4 portions

INGRÉDIENTS

½ gros ananas, pelé et coupé en quartiers
60 ml (2 oz) de rhum Malibu
500 ml (16 oz) de soda
1 tasse de glace concassée

MARCHE À SUIVRE

1. Traiter l'ananas dans l'extracteur de jus.
2. Y verser le rhum et le soda.
3. Disposer la glace dans 4 verres, y verser le jus et bien remuer.

Servir immédiatement.

DÉLICE AU MELON MIEL

4 portions standards

INGRÉDIENTS

1 melon miel
60 ml (2 oz) de liqueur Midori
500 ml (16 oz) de soda
1 tasse de glace concassée

MARCHE À SUIVRE

1. Traiter le melon miel dans l'extracteur de jus.
2. Y verser la liqueur et le soda.
3. Disposer la glace dans 4 verres, y verser le jus et bien remuer.

Servir immédiatement.

BLOODY MARY

4 portions

INGRÉDIENTS

4 tomates moyennes
2 branches de céleri
1 gros poivron rouge, sans la base et égrené
60 ml (2 oz) de vodka
1 tasse de glace concassée

MARCHE À SUIVRE

4. Traiter les tomates, le céleri et le poivron dans l'extracteur de jus.
5. Ajouter la vodka. Disposer la glace dans 4 verres, y verser le jus de légumes et bien remuer.

Servir immédiatement.

JULEP À LA PÊCHE & MENTHE

4 portions standards

INGRÉDIENTS

6 pêches, coupées en deux et dénoyautées
½ tasse de feuilles de menthe fraîche
60 ml (2 oz) de crème de menthe
2 c. à thé de sucre
½ tasse de glace concassée
500 ml (16 oz) d'eau minérale

MARCHE À SUIVRE

1. Traiter les pêches et les feuilles de menthe dans l'extracteur de jus.
2. Ajouter la crème de menthe et le sucre.
3. Disposer la glace dans 4 verres, y verser le jus de pêches et bien remuer

Servir immédiatement.

STIMULANT AUX RAISINS, KIWI ET PETITS FRUITS

Les raisins contiennent du potassium et du fer et constituent un bon stimulant après une dure journée.

2-4 portions

INGRÉDIENTS

500 g (1 lb) de raisins verts sans pépins, équeutés
2 kiwis, pelés
250 g (½ chopine) de fraises, équeutées
500ml (16 oz) de lait écrémé
2 c. à soupe de mélange en poudre de boisson protéinée
½ tasse de glace concassée

MARCHE À SUIVRE

1. Traiter les raisins, les kiwis et les fraises dans l'extracteur de jus.
2. Ajouter le lait, le mélange de boisson en poudre et la glace concassée.

Servir immédiatement.

BOISSON PÉTILLANTE À L'ABRICOT, POMME & POIRE

2-4 portions

INGRÉDIENTS

4 gros abricots, coupés en deux et dénoyautés
4 petites pommes rouges
3 poires moyennes
250 (8 oz) ml d'eau minérale pétillante
½ tasse de glace concassée

MARCHE À SUIVRE

3. Traiter les abricots, les pommes et les poires dans l'extracteur de jus.
4. Ajouter l'eau minérale et la glace.

Servir immédiatement.

BOISSON DÉSALTÉRANTE À LA BETTERAVE, CAROTTE & ORANGE

4 portions

INGRÉDIENTS

8 carottes
2 petites betteraves, parées
¼ tasse de feuilles de menthe fraîche
4 oranges, pelées

MARCHE À SUIVRE

1. Traiter les carottes, les betteraves, les feuilles de menthe et les oranges dans l'extracteur de jus.

Servir immédiatement.

Plutôt que de jeter la pulpe extraite des fruits et légumes traités dans l'extracteur de jus, récupérez-la dans les recettes suivantes:

SOUPE AUX LÉGUMES & BACON

5 portions

INGRÉDIENTS

¼ tasse de beurre

1 oignon, finement haché

1 os de jambon

350 g (12 oz) de pulpe de betterave, égouttée et le jus réservé

60 g (2 oz) de pulpe de patate, égouttée et le jus réservé

60 g (2 oz) de pulpe de carotte, égouttée et le jus réservé

120 g (4 oz) de pulpe de tomate, égouttée et le jus réservé

60 g (2 oz) de pulpe de chou, égouttée et le jus réservé

Jus réservé et assez d'eau pour 2L (2,1 pte)

4 tranches de bacon, hachées

1 c. à soupe de jus de citron

½ tasse de crème sure

MARCHE À SUIVRE

1. Dans une grande casserole, faire fondre le beurre à feu moyen 2-3 min ou jusqu'à coloration. Ajouter l'os de jambon, la pulpe de betterave, patate, carotte, tomate et chou, le jus réservé et l'eau, le bacon et le jus de citron.
2. Porter à ébullition, réduire le feu et laisser mijoter 30-40 min.l
3. Retirer l'os de jambon. Le désosser, hacher la viande et la remettre dans la casserole.

Servir immédiatement.

STRUDEL À LA CAROTTE, POMME & CÉLERI

8 portions

INGRÉDIENTS

30 g (2 c. à soupe) de beurre

1 petit oignon, finement haché

4½ tasses de pulpe de carotte, pomme et céleri, égouttée

250 g (8 oz) de fromage cottage

2 c. à soupe de menthe fraîche hachée

1 oeuf, battu

12 feuilles de pâte phyllo

60 g (4 c. à soupe) de beurre fondu

1 tasse de fromage parmesan râpé

MARCHE À SUIVRE

1. Dans une casserole, faire fondre le beurre, ajouter l'oignon et cuire 2-3 min ou jusqu'à ramollissement. Assaisonner au goût.
2. Dans un bol, combiner l'oignon, la pulpe de carotte, pomme et céleri, le fromage cottage, la menthe et l'oeuf. Bien mélanger.
3. Couper les feuilles de pâte phyllo en deux, placer 3 feuilles sur le comptoir et couvrir le reste avec du papier ciré puis un chiffon humide pour les empêcher de sécher. Badigeonner une feuille de pâte avec le beurre fondu, saupoudrer de fromage parmesan, recouvrir d'une autre feuille de pâte, badigeonner à nouveau de beurre et saupoudrer de fromage. Répéter l'opération avec la dernière feuille.
4. Déposer à la cuillère le mélange de pulpe à une extrémité de la pâte, plier les côtés et rouler comme un rouleau suisse. Répéter avec le reste de pâte et de pulpe. Placer sur une plaque à cuisson graissée et cuire à 400°F (200°C) durant 20-25 minutes ou jusqu'à coloration.

CRÊPES AU PANAIS, FINES HERBES & POLENTA

6 portions

INGRÉDIENTS

2 tasses de pulpe de panais, égouttée
60 ml (2 oz) de lait
2 oeufs, séparés
¼ tasse (45 g) de polenta (farine de maïs)
¼ tasse (31 g) de farine
1 c. à thé de thym frais, haché
1 c. à thé de romarin frais, haché
1 c. à thé d'assaisonnement cajun
1 petit poivron rouge, finement haché
1 c. à soupe d'huile

MARCHE À SUIVRE

1. Dans un grand bol, combiner la pulpe de panais, le lait, les jaunes d'oeufs, la farine, la polenta, le thym, le romarin, les épices cajuns et le poivron.
2. Monter les blancs d'oeufs en neige et plier dans le mélange de panais.
3. Dans un grand poêlon, chauffer l'huile et déposer quelques cuillerées de mélange à la fois. Cuire environ 1 min de chaque côté jusqu'à coloration.

Servir immédiatement.

MOUSSE DE PETITS FRUITS & CHOCOLAT BLANC

6 portions

INGRÉDIENTS

200 g (7 oz) de chocolat blanc
200 g (7 oz) de pulpe de fraises
200 g (7 oz) de pulpe de framboises
3 c. à thé de gélatine, dissoute dans ¼ (30 ml) tasse d'eau chaude
3 jaunes d'oeufs
300 ml (10 oz) de crème à fouetter
¼ tasse (26 g) de sucre à glacer, tamisé
2 c. à soupe (30 ml) de Grand Marnier

MARCHE À SUIVRE

1. Faire fondre le chocolat dans un bain-marie, refroidir sans le laisser figer.
2. Combiner la pulpe de fraise et de framboise et réserver.
3. Mélanger le chocolat fondu, la gélatine dissoute et les jaunes d'oeufs et fouetter jusqu'à coloration pâle et brillante.
4. Fouetter la crème jusqu'à la formation de pics, plier dans le mélange au chocolat et ajouter la pulpe mélangée et le Grand Marnier.
5. Verser dans un moule à couronne.

Réfrigérer plusieurs heures ou toute la nuit.

GÂTEAU AUX CAROTTES

16 portions

INGRÉDIENTS

1¾ tasse (228 g) de farine tout usage
2 c. à thé de poudre à pâte
½ c. à thé de muscade
½ c. à thé de cannelle
½ c. à thé de cardamome
½ tasse (61 g) de noix hachées
½ tasse (82 g) de raisins
½ tasse (110 g) de cassonade bien tassée
1½ tasse de pulpe de carotte
½ tasse d'huile
2 oeufs, légèrement battus
¼ tasse (60 ml) de crème sure

MARCHE À SUIVRE

1. Graisser un moule à pain de 9po X 5po.
2. Dans un grand bol, tamiser la farine et la poudre à pâte, ajouter la muscade, la cannelle, la cardamome, les noix, les raisins, la cassonade et la pulpe de carotte. Bien mélanger.
3. Ajouter les oeufs, l'huile la crème sure. Mélanger au batteur électrique, à vitesse moyenne, jusqu'à ce que tous les ingrédients soient bien mélangés. Verser dans le moule.
4. Cuire au four à 350°F (180°C) durant 1 heure ou jusqu'à ce qu'un cure-dent en sorte propre. Retirer du four, laisser reposer dans le moule 5 min avant de le retourner sur une grille.

NOTES